

Spreek van de maand:

**Laat gaan wat was! Accepteer wat is!
Omarm wat komt!**

VAN HET BESTUUR

AutoMaatje Alphen-Chaam

ANWB AutoMaatje



Alphen-Chaam



Gezocht: Chauffeurs voor het ANWB AutoMaatje Alphen-Chaam.

Als vrijwillige chauffeur vervoer je jouw minder mobiele plaatsgenoten in je eigen auto. Ben jij graag onderweg en vind je het leuk om iets te betekenen voor anderen?

Dan is dit jouw kans!

Meld je aan als vrijwillige chauffeur voor ANWB AutoMaatje Alphen-Chaam. Tijdens de rit fungeer je niet alleen als chauffeur, maar ook als maatje. Je bent behulpzaam, neemt

de tijd en staat open voor een gezellig gesprekje onderweg.

Je kunt je tijd flexibel indelen en alleen beschikbaar zijn wanneer het jou uitkomt.

En als kers op de taart *ontvang je een vergoeding per kilometer, inclusief eventuele parkeerkosten.*

Wat vragen wij? Je bent in het bezit van een eigen auto, geldig rijbewijs en je hebt een WA- en inzittendenverzekering.

Tijdsbesteding: Afhankelijk van je beschikbaarheid en de vraag van deelnemers. Lijkt het je leuk om voor ANWB AutoMaatje te rijden? Neem dan contact op met Het Trefpunt per mail: trefpuntalphenchaam@gmail.com of door te bellen van maandag tot en met donderdag tussen 9.00 en 13.00 uur naar: 06-51248345.

Mantelzorg.

Het komt vaak voor dat een hulpbehoevende oudere verzorgd wordt door de partner (of familielid, kinderen). Deze vorm van zorg wordt mantelzorg genoemd.

Doordat ouderen steeds langer in hun eigen omgeving willen blijven wonen en dat wordt ook door de overheid gestimuleerd, breidt deze zorg zich verder uit.

Soms gaat het om lichte mantelzorg, maar er zijn ook vaak partners die een dagtaak hebben aan het verzorgen. Voor de mantelzorgers worden steeds meer ondersteunende maatregelen genomen, zoals dagopvang, hulp in de huishouding, om de mantelzorger enigszins te ontlasten.

Wilt u meer uitgebreide informatie over "mantelzorg", schroom niet om contact op te nemen met de gemeente, sociaal domein WMO of met het dorpssteam telefoon 0886050605. Indien u wenst, kan de clientondersteuner senioren in een persoonlijk gesprek, het eerste aanspreekpunt zijn.



seniorenalphen@gmail.com



013-5082145 / 06-25494041



www.seniorenalphen.nl

Bankrekening: NL25 RABO 01023 033 71

W. Jansen, clientondersteuner senioren Alphen.

Jeu de boules

Zoals bij u bekend is, hebben we sinds een aantal weken een jeu de boules groep, die op maandagmiddag en maandagavond (gedurende de zomertijd) op de baan voor Den Heuvel jeu de boules spelen.

Hebt u hier belangstelling voor, maar hebt u geen jeu de boules ballen. Geen nood! Wij hebben een aantal sets in voorraad waarmee u kunt spelen.

ACTIVITEITEN



***Zomeravondwandeling**

De derde zomeravondwandeling van dit seizoen gaat op maandag 1 juli naar camping 't Zand. We verzamelen bij de receptie, Maastrichtsebaan 1 en vertrekken hier om 18.30 uur.

*** Rummikub Den Heuvel 13.30 uur – 15.30 uur**

Data: 15 juli, 12 augustus, 9 september, 21 oktober, 18 november en 16 december Iedereen kan elke keer vrijblijvend aansluiten.

TERUGBLIK

Zomeravondwandeling.

De tweede wandeling zit er op. Op 3 juni hebben we met 54 personen De Regte Hei bezocht. Frans Wilmsen en Frans de Leeuw hadden de wandeling goed voorbereid en konden weer veel vertellen over dit gebied. Deze keer werden ze bijgestaan door Wim de Jong, beheerder van dit gebied namens Brabants Landschap.

De volgende wandeldata zijn: 1 juli, 5 augustus en 2 september.

Themamiddag Dementie

Vrijdagmiddag 14 juni hebben we met 53 aanwezigen een zeer interessante lezing bijgewoond met als thema "Samen Dementie Vriendelijk", gepresenteerd door Arie Slob, vrijwilliger bij Alzheimer Nederland. Het doel van deze middag was bekendheid geven aan wat dementie is, het herkennen van de eerste signalen en omgaan met en ondersteunen van mensen met dementie.

AGENDA

In de agenda worden alleen die activiteiten weergegeven, waarvan de datum definitief vast staat. Er worden steeds nieuwe activiteiten in- en toegevoegd.

Zaterdag 29 juni	Fietstocht Buitenman, Lage Mierde
Dinsdag 10 september	Regionale bedevaart Meersel-Dreef
Donderdag 12 september	Bezoek Heerboeren 13.30 uur
Vrijdag 4 of 18 oktober	Koffieochtend 80+
Dinsdag 22 oktober	EHBO avond 19.30 uur.
Zaterdag 2 november	Dansmiddag
Maandag 25 november	Film middag 13.30 uur
Woensdag 18 december	Kerstviering.

De volgende Nieuwsbrief verschijnt 24 juli 2024.



NIEUWSBRIEF

juli 2024 jaarg. 9 nr. 7



seniorenalphen@gmail.com



013-5082145 / 06-25494041



www.seniorenalphen.nl

Bankrekening: NL25 RABO 01023 033 71